

Accidentes de tránsito

(Car accidents)

Editorial

ISSN 1409-0090/2008/20/1/5-7
Acta Pediátrica Costarricense, ©2008
Asociación Costarricense de Pediatría

Las estadísticas de accidentes automovilísticos en el transcurso del año 2007 son alarmantes. Los mismos han enlutado a muchos hogares costarricenses, y son una de las principales causas de muerte de este país. Es lamentable que para el período en mención, las estadísticas reportaron un promedio de dos muertes al día.

La problemática relacionada con los accidentes de tránsito en Costa Rica alcanza niveles dramáticos, no solo para las familias que pierden un ser querido, sino para aquellos niños adolescentes y adultos, que sobreviven a un accidente de tránsito, pero quedan con secuelas graves y permanentes, que les impiden disfrutar de una vida plena en el futuro.

De acuerdo a los datos del Consejo de Seguridad Vial, el grupo etéreo mas afectado, es precisamente el correspondiente a los años de la alta productividad de las personas de 15-45 años.

Los accidentes en su mayoría se pueden prevenir, ya que los factores condicionantes se asocian a malas condiciones del vehículo, a factores intrínsecos del conductor (habilidad, condición emocional y física, presencia de distractores), a la poca visibilidad en las carreteras, a la ingesta de alcohol, al exceso de velocidad y a las malas condiciones de la carreteras, en las que intervienen la mala iluminación, el ancho de los carriles, la ausencia de espaldones, la mala señalización, y las condiciones climáticas de la zona.

De acuerdo con las estadísticas nacionales dentro de los factores asociados a muertes en accidentes de tránsito, se identifico como causa principal al exceso de velocidad, y como los siguientes en importancia: alcohol, imprudencia de los peatones, adelantamiento indebido, imprudencia del conductor, imprudencia del ciclista, y falla mecánica.

Muchos accidentes de tránsito se pueden evitar o mitigar sus consecuencias, mediante la aplicación de técnicas de la ingeniería vial. En Costa Rica se ha identificado por ejemplo la incorrecta colocación de barandas, para evitar que un vehículo se vaya al guindo. Tal y como están colocadas, en vez de minimizar los accidentes, son un obstáculo que incrementa la severidad del accidente. Además hay muy poca señalización, elemento que si se corrige, es una medida muy barata que puede prevenir muchos accidentes. Tal es el caso de rótulos que indiquen: ir mas despacio, peligro, curva adelante, altos, etc.

También se ha probado que las señales de tránsito existentes, han perdido la calidad de reflexión que pueden tener en las noches.

El abuso del consumo del alcohol ha aumentado los índices de accidentes automovilísticos. Los gastos de la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS), en casos de atención a problemas asociados al alcoholismo, son grandes debido a estos accidentes. La CCSS gastó \$ 7 millones en el 2006 en la atención y rehabilitación de conductores ebrios. Alrededor del 30% de las colisiones en nuestro país están relacionadas con el consumo de alcohol.

Es bien conocido que los niveles de alcohol en sangre disminuyen la capacidad para la conducción, porque se altera el tiempo de reacción ante el peligro.

El exceso de velocidad es otra causa importante. Diversas investigaciones han revelado que el ángulo de visión, de quién conduce un vehículo es inversamente proporcional a la velocidad a la que se desplaza, con lo cual muchos de los posibles peligros quedan fuera del campo visual del conductor.

La presencia de distracciones, como el uso de teléfonos celulares, volumen del equipo de radio exageradamente alto, o realizar varias acciones a la vez, como conducir, fumar o maquillarse son también causas de accidentes.

Las distracciones hacen que los conductores recorran varios metros, sin prestar la debida atención. Estos son algunos ejemplos; viajando a 60 km/hora:

- Marcar un número en el teléfono celular: 5 segundos en 140 metros.
- Mirar a un peatón: 4 segundos en 110 metros.
- Tomar anteojos de un bolso: 4 segundos en 110 metros.
- Beber de una botella: 4 segundos en 110 metros.
- Prender la radio del auto: 3 segundos en 80 metros.
- Encender un cigarrillo: 3 segundos en 80 metros.

La prevención de los accidentes de tránsito es un asunto que a todos nos concierne, y en el cual los ciudadanos y el gobierno deben actuar con la mayor responsabilidad.

En el caso de los ciudadanos se debe fomentar una educación vial adecuada, lo cual implica la enseñanza a los menores, del respeto a las señales de tránsito, de la forma correcta de caminar en las vías públicas, y de cómo utilizar las aceras, puentes peatonales y zonas de seguridad, es el peatón el que ha llevado la peor parte en los accidentes de tránsito durante los últimos siete años.

Con las actividades de Educación Vial se puede cambiar el hecho de que:

De acuerdo con las estadísticas del Consejo de Seguridad Vial en el periodo 2000-2006, 774 muertes se dieron en peatones, 584 en conductores, 495 en acompañantes, 417 en motociclistas y 271 en ciclistas.

El estado en su afán por disminuir la inseguridad en las vías, esta desplegando en las calles, oficiales de tránsito adicionales, con el fin de ejercer mayor prevención.

Urge además de leyes más severas, pues esta demostrado que con regulaciones más estrictas, bajan los accidentes de tránsito.

Deben mejorarse las vías para poder llegar y salir más rápido del sitio del accidente, y agilizar el tránsito, ya que muchas veces las presas aumentan el tiempo para la atención, lo cual atenta contra la vida de los pacientes.

Entidades como la Cruz Roja Costarricense, y la Policía de tránsito han acordado una campaña de prevención conjunta.

Los conductores por su parte, deben tomar las medidas de protección mínimas como usar el cinturón de seguridad, las bolsas de protección y los dispositivos especiales para protección de los niños. El empleo del cinturón de seguridad reduce el riesgo de muerte y de lesiones graves en un 45 %.

Recomendamos el cumplimiento de las siguientes acciones para mejorar la seguridad:

1. Antes de iniciar un viaje, verifique siempre el estado de su vehículo, especialmente los frenos y las luces.
2. Si va a comer antes de realizar un viaje, hágalo moderadamente y evite comidas con alto valor calórico.
3. Nunca viaje sin tener el descanso apropiado, y si aún así lo atacara el sueño durante el mismo, detenga el vehículo hasta que recupere todas las facultades para seguir conduciendo.
4. En los viajes largos procure detenerse cada 2 horas de viaje continuo. Si se detiene sobre la ruta, hágalo sobre una recta y no olvide de señalizar con los triángulos reflectivos a 90 metros, por detrás de su vehículo y a 20 metros, por delante.
5. Tenga siempre bien ventilada la cabina del vehículo y evite las temperaturas elevadas.
6. Evite encandilar al conductor de otro vehículo.
7. Trate de prestar atención permanente durante todo el recorrido del viaje.

8. Apague su celular mientras circule con su vehículo, o coloque un manos libres.
9. No fume mientras conduce.
10. Nunca lleve a un niño en brazos si viaja en el asiento del copiloto, aunque usted use cinturón de seguridad. Si choca el niño será aplastado. Los niños deben viajar en el asiento posterior, con cinturón de seguridad adecuado a su tamaño.
11. Los bebes menos de un año, deben usar un asiento de seguridad, fijo firmemente por el

cinturón de seguridad. Este, debe a su vez, estar firmemente asegurado al asiento trasero u otra parte fija de la estructura del automóvil.

12. Use los seguros de puertas traseras para que los niños no puedan abrirlas durante el viaje. Compruebe que estas están bien cerradas antes de partir.
13. No permita que un niño saque la cabeza u otra parte de su cuerpo por la ventanilla o techo del automóvil.

*Lucrecia Villalobos-Parra
Rodolfo Hernández-Gómez*

*Dirección General, Hospital Nacional de Niños
"Dr. Carlos Sáenz Herrera".Caja Costarricense de Seguro Social.*